11月の予定献立表（Aブロック）

令和８（2026）年度

給食目標

給食回数　19回

感謝の気持ちをもって食べよう

日曜	のみもの	こんだて	ざいりょうのはたらき ちからやねつになるもと（き）	ざいりょうのはたらき ちやにくになるもと（あか）	ざいりょうのはたらき からだのちょうしをととのえるもと（みどり）
2 月	ぎゅうにゅう	かきあげどん かすじる	こめ　さつまいも　こむぎこ でんぷん　あぶら　さとう	ぎゅうにゅう　いか　えび ぶたにく　ちくわ　とうふ みそ	にんじん　たまねぎ　だいこん こまつな　ごぼう　こんにゃく こねぎ
4 水	ぎゅうにゅう	バターロールパン ピザふうチキン マカロニサラダ クリームシチュー 若葉台小 6−1	バターロールパン　あぶら さとう　マカロニ フレンチドレッシング じゃがいも　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とりにく なまクリーム　チーズ	たまねぎ　ピーマン　にんにく トマト　きゅうり　にんじん ブロッコリー　マッシュルーム
5 木	ぎゅうにゅう	ごはん いわしのかばやき ごまあぶらきゅうり のこのこじる	こめ　でんぷん　あぶら さとう　ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう　いわし あぶらあげ　みそ	きゅうり　にんにく　しょうが だいこん　にんじん　しめじ しいたけ　ねぎ
6 金	ぎゅうにゅう	ごはん わふうハンバーグ きんぴらごぼう とうふとわかめのみそしる としょ	こめ　あぶら　パンこ さとう　でんぷん　ごま	ぎゅうにゅう　ぶたにく とりにく　だいず　とうふ わかめ　みそ	たまねぎ　ごぼう　にんじん れんこん　こんにゃく　だいこん えのきたけ　ねぎ
9 月	ぎゅうにゅう	キムチごはん チヂミ（たれ） ほうれんそうともやしのナムル わかめスープ 西砂小 6−2	こめ　ごまあぶら　あぶら こむぎこ　でんぷん　ごま さとう	ぶたにく　ぎゅうにゅう わかめ　とうふ	キムチ　たまねぎ　こねぎ にんにく　にら　ねぎ　もやし ほうれんそう　にんじん しいたけ　しょうが
10 火	ぎゅうにゅう	✿しょうゆラーメン はるまき はなやさいのソテー ベジぱく	ちゅうかめん　あぶら さとう	ぎゅうにゅう　ぶたにく なると　はるまき	もやし　ねぎ　にんじん　にら ブロッコリー　カリフラワー とうもろこし
11 水	ぎゅうにゅう	あぶらふどん さわにわん みかん	こめ　あぶら　ふ　さとう でんぷん	ぎゅうにゅう　ぶたにく たまご　あぶらあげ	たまねぎ　さやいんげん だいこん　にんじん　ごぼう ねぎ　しいたけ　みかん
12 木	ぎゅうにゅう	✿きなこあげパン てりやきチキン キャベツのソテー ぐだくさんスープ 大山小 6−2	コッペパン　あぶら さとう　でんぷん じゃがいも	きなこ　ぎゅうにゅう とりにく　ウインナー	しょうが　ねぎ　キャベツ ピーマン　えのきたけ　にんじん ほうれんそう　とうもろこし
13 金	ぎゅうにゅう	さといもごはん ごもくたまごやき きりぼしだいこんのにつけ はくさいのとうにゅうみそしる	こめ　もちごめ　さといも あぶら　さとう　ごまあぶら	ぎゅうにゅう　たまご とりにく　ひじき あぶらあげ　なまあげ とうにゅう　みそ	たけのこ　にんじん　ねぎ こねぎ　だいこん　さやいんげん もやし　はくさい　ほうれんそう
16 月	ぎゅうにゅう	カレーうどん たこあげボール（２こ） ぶどうゼリー	うどん　あぶら　さとう でんぷん　こむぎこ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう　ぶたにく あぶらあげ　たこ　あおのり かつおぶし	たまねぎ　こまつな　にんじん ねぎ　キャベツ　しょうが
17 火	ぎゅうにゅう	ごはん さわらのみそやき にびたし いものこじる りんご	こめ　さとう　あぶら さといも	ぎゅうにゅう　さわら　みそ あぶらあげ　とりにく	しょうが　こまつな　もやし にんじん　だいこん　れんこん ねぎ　りんご
18 水	ぎゅうにゅう	パンプキンパン とうふナゲット（２こ） （ケチャップ） れんコーンサラダ しろいんげんまめのポタージュ	パンプキンパン　あぶら でんぷん　さとう　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とうふ おから　とりにく　ハム いんげんまめ　なまクリーム	たまねぎ　にんじん　しょうが れんこん　きゅうり とうもろこし　パセリ
19 木	ぎゅうにゅう	ごはん ぶたにくのしおこうじやき おんポテトサラダ ぐだくさんすましじる	こめ　じゃがいも マヨネーズ　さとう	ぎゅうにゅう　ぶたにく かまぼこ	にんじん　きゅうり　たまねぎ とうもろこし　しいたけ だいこん　ねぎ　ほうれんそう ごぼう　はくさい
20 金	ぎゅうにゅう	ごはん ✿とりにくのからあげ ほうれんそうとキャベツのごまあえ さといもとうふのみそしる 和食の日献立 新生小 6−1	こめ　でんぷん　あぶら さとう　ごま　さといも	ぎゅうにゅう　とりにく とうふ　みそ	しょうが　にんにく　キャベツ ほうれんそう　にんじん だいこん　ねぎ
24 火	ぎゅうにゅう	ごはん てづくりふりかけ いかのさらさやき ウインナーとピーマンのいためもの だんごじる♥ ♥ハートにんじん入っているかな？	こめ　ごま　さとう ごまあぶら　だまこもち あぶら	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ　こんぶ かつおぶし　いか ウインナー　とりにく	しょうが　もやし　ピーマン とうもろこし　だいこん にんじん　はくさい　しいたけ ねぎ　みずな
25 水	ぎゅうにゅう	ごはん めひかりのからあげ （１～３ねん１ぽん、４～６ねん２ほん） ひじきのいりに まめとんじる りんごゼリー	こめ　でんぷん　あぶら さとう　さといも りんごゼリー	ぎゅうにゅう　めひかり ひじき　とりにく　だいず ぶたにく　とうふ　みそ	ごぼう　にんじん　さやいんげん だいこん　ねぎ　こんにゃく しょうが
26 木	ぎゅうにゅう	チキンオムライス ガーリックポテト ベーコンとキャベツのスープ	こめ　あぶら　さとう じゃがいも　バター	とりにく　ぎゅうにゅう たまご　だいず　ベーコン	たまねぎ　グリンピース にんにく　トマト　にんじん キャベツ　パセリ
27 金	ぎゅうにゅう	ミルクパン ホキのエスカベッシュ（ソース） ブロッコリーとじゃこのサラダ ベジぱく ポルシチ いいブロッコリーの日献立 上砂川小 6−1	ミルクパン　でんぷん あぶら　さとう　ごまあぶら じゃがいも　バター	ぎゅうにゅう　ホキ ちりめんじゃこ　ぶたにく	たまねぎ　にんじん　パプリカ にんにく　ブロッコリー キャベツ　とうもろこし マッシュルーム　セロリー ピーツ　トマト
30 月	ぎゅうにゅう	マーボーどん トックいりわかめスープ	こめ　あぶら　さとう でんぷん　ごまあぶら トック	ぎゅうにゅう　とうふ ぶたにく　だいず　みそ とりにく　わかめ	にんじん　たまねぎ　ねぎ にんにく　しょうが　もやし はくさい

こんだてメモ

今月の立川産
キャベツ・こまつな・ねぎ
はくさい・ブロッコリー
しいたけ・にんじん
だいこん・さといも

「給食の献立を考えてみよう」

6年生の児童が考えた献立が登場します。詳しくは裏面をご覧ください。

今月は
- 4日　若葉台小　6-1
- 9日　西砂小　6-2
- 12日　大山小　6-2
- 20日　新生小　6-1
- 27日　上砂川小　6-1

としょ

本を読んでいて、「この料理を食べたいな」と思ったことはありませんか？

「としょ給食」は、月に１回、本に出てくる料理を給食に提供する取り組みです。中央図書館児童青年サービス係の協力も得て、本を選んでいます。

今月の図書は、
「にくのくに」です。

詳しくは裏面をご覧ください。

注目！ベジタブル
～野菜をぱくぱく食べよう ベジぱくDAY～

今月は　『ブロッコリー』
くわしくは裏面をご覧ください。

今月のリクエスト給食

各学校の6年生のリクエストを✿マークで示しています。
- ✿しょうゆラーメン…大山小
- ✿きなこ揚げパン…幸小
- ✿鶏肉の唐揚げ…柏小・上砂川小

さがしてみよう

ハートにんじん

月に１回、給食にハートの形をしたにんじんが入っています。ハートにんじんを探しながら、給食にどんな食材が入っているのか、見てみましょう♪
今月は、24日です。

11月24日は、【和食の日】です。
2013年に、和食【日本人の伝統的な食文化】が、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。
この日は、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日です。
20日を和食の献立にしました。

11月26日は、【いいブロッコリーの日】です。
立川市は、ブロッコリーの生産量が都内1位で、多くの生産者さんがブロッコリーを栽培しています。
10日と27日に、立川産のブロッコリーを使います。

＊都合により献立が変更になることもあります。
＊学校給食では、様々な食品を使用します。
　今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

＊立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
　ホームページからご覧になれます。
　右の二次元コードからアクセスしてください。

基準	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	611kcal	摂取エネルギー全体の 17%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13～20%

西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>

11月の予定献立表（Bブロック）

令和８（2026）年度

給食目標

給食回数　19回　　感謝の気持ちをもって食べよう

日曜	のみもの	こんだて	ざいりょうのはたらき ちからやねつになるもと（き）	ざいりょうのはたらき ちやにくになるもと（あか）	ざいりょうのはたらき からだのちょうしをととのえるもと（みどり）
2月	ぎゅうにゅう	バターロールパン ピザふうチキン マカロニサラダ クリームシチュー 若葉台小 6−1	バターロールパン　あぶら さとう　マカロニ フレンチドレッシング じゃがいも　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とりにく なまクリーム　チーズ	たまねぎ　ピーマン　にんにく トマト　きゅうり　にんじん ブロッコリー　マッシュルーム
4水	ぎゅうにゅう	かきあげどん かすじる	こめ　さつまいも　こむぎこ でんぷん　あぶら　さとう	ぎゅうにゅう　いか　えび ぶたにく　ちくわ　とうふ みそ	にんじん　たまねぎ　だいこん こまつな　ごぼう　こんにゃく こねぎ
5木	ぎゅうにゅう	ごはん わふうハンバーグ きんぴらごぼう とうふとわかめのみそしる としょ	こめ　あぶら　パンこ さとう　でんぷん　ごま	ぎゅうにゅう　ぶたにく とりにく　だいず　とうふ わかめ　みそ	たまねぎ　ごぼう　にんじん れんこん　こんにゃく　だいこん えのきたけ　ねぎ
6金	ぎゅうにゅう	ごはん いわしのかばやき ごまあぶらきゅうり のこのこじる	こめ　でんぷん　あぶら さとう　ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう　いわし あぶらあげ　みそ	きゅうり　にんにく　しょうが だいこん　にんじん　しめじ しいたけ　ねぎ
9月	ぎゅうにゅう	✿しょうゆラーメン はるまき はなやさいのソテー ベジぱく	ちゅうかめん　あぶら さとう	ぎゅうにゅう　ぶたにく なると　はるまき	もやし　ねぎ　にんじん　にら ブロッコリー　カリフラワー とうもろこし
10火	ぎゅうにゅう	キムチごはん チヂミ(たれ) ほうれんそうともやしのナムル わかめスープ 西砂小 6−2	こめ　ごまあぶら　あぶら こむぎこ　でんぷん　ごま さとう	ぶたにく　ぎゅうにゅう わかめ　とうふ	キムチ　たまねぎ　こねぎ にんにく　にら　ねぎ　もやし ほうれんそう　にんじん しいたけ　しょうが
11水	ぎゅうにゅう	✿きなこあげパン てりやきチキン キャベツのソテー ぐだくさんスープ 大山小 6−2	コッペパン　あぶら さとう　でんぷん じゃがいも	きなこ　ぎゅうにゅう とりにく　ウインナー	しょうが　ねぎ　キャベツ ピーマン　えのきたけ　にんじん ほうれんそう　とうもろこし
12木	ぎゅうにゅう	あぶらふどん さわにわん みかん	こめ　あぶら　ふ　さとう でんぷん	ぎゅうにゅう　ぶたにく たまご　あぶらあげ	たまねぎ　さやいんげん だいこん　にんじん　ごぼう ねぎ　しいたけ　みかん
13金	ぎゅうにゅう	カレーうどん たこあげボール（２こ） ぶどうゼリー	うどん　あぶら　さとう でんぷん　こむぎこ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう　ぶたにく あぶらあげ　たこ　あおのり かつおぶし	たまねぎ　こまつな　にんじん ねぎ　キャベツ　しょうが
16月	ぎゅうにゅう	さといもごはん ごもくたまごやき きりぼしだいこんのにつけ はくさいのとうにゅうみそしる	こめ　もちごめ　さといも あぶら　さとう　ごまあぶら	ぎゅうにゅう　たまご とりにく　ひじき あぶらあげ　なまあげ とうにゅう　みそ	たけのこ　にんじん　ねぎ こねぎ　だいこん　さやいんげん もやし　はくさい　ほうれんそう
17火	ぎゅうにゅう	パンプキンパン とうふナゲット（２こ） （ケチャップ） れんコーンサラダ しろいんげんまめのポタージュ	パンプキンパン　あぶら でんぷん　さとう　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とうふ おから　とりにく　ハム いんげんまめ　なまクリーム	たまねぎ　にんじん　しょうが れんこん　きゅうり とうもろこし　パセリ
18水	ぎゅうにゅう	ごはん さわらのみそやき にびたし いものこじる りんご	こめ　さとう　あぶら さといも	ぎゅうにゅう　さわら　みそ あぶらあげ　とりにく	しょうが　こまつな　もやし にんじん　だいこん　れんこん ねぎ　りんご
19木	ぎゅうにゅう	ごはん ✿とりにくのからあげ ほうれんそうとキャベツのごまあえ さといもととうふのみそしる 和食の日献立 新生小 6−1	こめ　でんぷん　あぶら さとう　ごま　さといも	ぎゅうにゅう　とりにく とうふ　みそ	しょうが　にんにく　キャベツ ほうれんそう　にんじん だいこん　ねぎ
20金	ぎゅうにゅう	ごはん ぶたにくのしおこうじやき おんポテトサラダ ぐだくさんすましじる	こめ　じゃがいも マヨネーズ　さとう	ぎゅうにゅう　ぶたにく かまぼこ	にんじん　きゅうり　たまねぎ とうもろこし　しいたけ だいこん　ねぎ　ほうれんそう ごぼう　はくさい
24火	ぎゅうにゅう	ごはん めひかりのからあげ （１～３ねん１ぽん、４～６ねん２ほん） ひじきのいりに まめとんじる りんごゼリー	こめ　でんぷん　あぶら さとう　さといも りんごゼリー	ぎゅうにゅう　めひかり ひじき　とりにく　だいず ぶたにく　とうふ　みそ	ごぼう　にんじん　さやいんげん だいこん　ねぎ　こんにゃく しょうが
25水	ぎゅうにゅう	ごはん てづくりふりかけ いかのさらさやき ウインナーとピーマンのいためもの だんごじる♥ ♥ハートにんじん 入っているかな？	こめ　ごま　さとう ごまあぶら　だまこもち あぶら	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ　こんぶ かつおぶし　いか ウインナー　とりにく	しょうが　もやし　ピーマン とうもろこし　だいこん にんじん　はくさい　しいたけ ねぎ　みずな
26木	ぎゅうにゅう	ミルクパン ホキのエスカベッシュ（ソース） ブロッコリーとじゃこのサラダ ボルシチ いいブロッコリーの日献立 ベジぱく 上砂川小 6−1	ミルクパン　でんぷん あぶら　さとう　ごまあぶら じゃがいも　バター	ぎゅうにゅう　ホキ ちりめんじゃこ　ぶたにく	たまねぎ　にんじん　パプリカ にんにく　ブロッコリー キャベツ　とうもろこし マッシュルーム　セロリー ピーツ　トマト
27金	ぎゅうにゅう	チキンオムライス ガーリックポテト ベーコンとキャベツのスープ	こめ　あぶら　さとう じゃがいも　バター	とりにく　ぎゅうにゅう たまご　だいず　ベーコン	たまねぎ　グリンピース にんにく　トマト　にんじん キャベツ　パセリ
30月	ぎゅうにゅう	マーボーどん トックいりわかめスープ	こめ　あぶら　さとう でんぷん　ごまあぶら トック	ぎゅうにゅう　とうふ ぶたにく　だいず　みそ とりにく　わかめ	にんじん　たまねぎ　ねぎ にんにく　しょうが　もやし はくさい

こんだてメモ

今月の立川産
キャベツ・こまつな・ねぎ
はくさい・ブロッコリー
しいたけ・にんじん
だいこん・さといも

「給食の献立を考えてみよう」
6年生の児童が考えた献立が登場します。
詳しくは裏面をご覧ください。

今月は
2日　若葉台小　6-1
10日　西砂小　6-2
11日　大山小　6-2
19日　新生小　6-1
26日　上砂川小　6-1

としょ
本を読んでいて、「この料理を食べたいな」と思ったことはありませんか？
「としょ給食」は、月に1回、本に出てくる料理を給食に提供する取り組みです。中央図書館児童青年サービス係の協力も得て、本を選んでいます。
今月の図書は、
「にくのくに」です。
詳しくは裏面をご覧ください。

注目！ベジタブル
～野菜をぱくぱく食べよう ベジぱくDAY～

今月は　『ブロッコリー』
くわしくは裏面をご覧ください。

今月のリクエスト給食
各学校の6年生のリクエストを✿マークで示しています。
✿しょうゆラーメン…大山小
✿きなこ揚げパン…幸小
✿鶏肉の唐揚げ…柏小・上砂川小

さがしてみよう
ハートにんじん
月に1回、給食にハートの形をしたにんじんが入っています。ハートにんじんを探しながら、給食にどんな食材が入っているのか、見てみましょう♪

11月24日は、【和食の日】です。
2013年に、和食【日本人の伝統的な食文化】が、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。
この日は、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日です。
19日を和食の献立にしました。

11月26日は、【いいブロッコリーの日】です。
立川市は、ブロッコリーの生産量が都内1位で、多くの生産者さんがブロッコリーを栽培しています。
9日と26日に、立川産のブロッコリーを使います。

＊都合により献立が変更になることもあります。
＊学校給食では、様々な食品を使用します。
　今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

＊立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
　ホームページからご覧になれます。
　右の二次元コードからアクセスしてください。

基準	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	611kcal	摂取エネルギー全体の 17%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13～20%

西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>

11月 給食だより

【問い合わせ】
みんなのくるりんキッチン
西調理場
☎ 042-529-3511

6年生食育授業「給食の献立を考えてみよう」

1学期に実施した食育授業で、各校の6年生が、栄養士から献立の作成方法や給食のルールを学び、給食1食分の献立を考えました！たくさんあるルールを守って、みんなが喜ぶような料理を想像しながら作成した、工夫を凝らした献立が続々と集まってきました。

各クラスで選ばれた2つの代表献立のうち、1つが実際に給食として登場します。今年度は9校23クラスの献立が提供される予定です。先月から、順次、給食に登場しています。考えた献立がどのような給食になって届くのか、お楽しみに！

若葉台小 6－1

・牛乳
・バターロールパン
・ピザ風チキン
・マカロニサラダ
・クリームシチュー

こだわりポイント

たくさんの野菜を使って、全体の彩りをよくしました。

西砂小 6－2

・牛乳
・キムチごはん
・チヂミ
・ほうれん草ともやしのナムル
・わかめスープ

こだわりポイント

旬の野菜やきのこを使うことや、「キムチごはん」を、主食にした韓国料理にしました。

大山小 6－2

・牛乳
・きなこ揚げパン
・てりやきチキン
・キャベツのソテー
・具だくさんスープ

こだわりポイント

献立作成にはルールがたくさんあり、ルールを守って作成しました。

新生小 6－1

・牛乳
・ごはん
・鶏肉の唐揚げ
・ほうれん草とキャベツのごま和え
・里いもと豆腐のみそ汁

こだわりポイント

野菜をたくさん使い和食の献立にしました。

上砂川小 6－1

・牛乳
・ミルクパン
・ホキのエスカベッシュ
・ブロッコリーとじゃこのサラダ
・ボルシチ

こだわりポイント

「ボルシチ」にはたくさんの野菜を使いました。

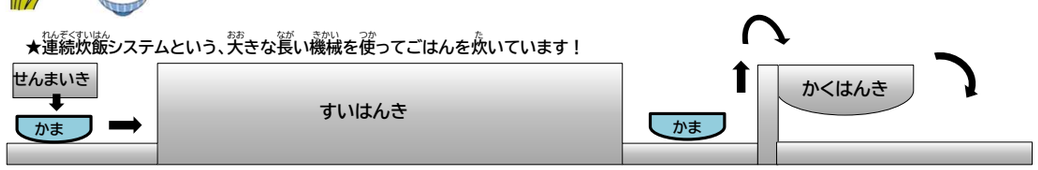
めざせ！給食マスター！ ～栄養士から子どもたちへ～

給食に欠かせないお米



給食では、ごはんを週に3回程度、提供しているため、お米は給食に欠かせない食材です。
立川市の姉妹都市である長野県大町市で作られたコシヒカリを優先して使っています。
1回の給食に使用するお米の量は200kg～300kgもあります。

★連続炊飯システムという、大きな長い機械を使ってごはんを炊いています！



①お米と水が自動で計量されて釜に入ります。

②お米と水が入った釜は、加熱されながらベルトコンベアの上を進みます。その後、蒸されてごはんが炊きあがります。

③機械が釜を自動で持ち上げ、かくはん機にごはんを入れ、よく混ぜます。

④よく混ざったごはんは、ベルトコンベアに移され、調理員がクラスごとに必要な量を食缶に入れます。

お米を洗米するところから、炊き上がるまで、全自動で行う炊飯システムを使用しています。このシステムのおかげで、約4000人分のごはんを2時間ほどで炊くことができます。みんなのくるりんキッチンで炊いたごはんを味わってみてくださいね。

注目！ベジタブル ～野菜をぱくぱく食べよう ベジぱくDAY～

毎月、注目してもらいたい「旬の野菜」を紹介しています。
1か月の献立の中で、特に意識してもらいたい日を「ベジぱくDAY」として献立表にベジぱくスタンプでお知らせしています。



献立表で、このマークをさがしてね！ ➡➡➡



カリフラワーとともにキャベツから品種改良された野菜で、炭水化物、たんぱく質、ビタミンを多く含みます。ブロッコリーの食べる部分は花のつぼみと若い茎です。11月26日はいいブロッコリーの日です。給食でも立川産のブロッコリーを提供します。

おいしいブロッコリーを選ぶポイントは、先の部分がこんもりともり上がっているもの、水気があるもの、持った時にずしりと重いものを選ぶことです。

参考:イラスト版 食材図鑑

としょ給食

『にくのくに』 より

作 :はらぺこめがね
出版社 :教育画劇

“和風ハンバーグ” が登場します！



ローストビーフ王に、カラアゲ王。ハンバーグ王に、ローストチキン王。ハム王、ソーセージ王、トンカツ王！個性的な王様が続々登場します。
けれど、どの王さまも自分と自分の愛する肉料理が一番だと言って譲らず、大騒ぎ！するとそこへ、スキヤキ王が、現れて……。

引用:絵本ナビ

11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに「伝統的酒造り」が2024年に登録されました。毎年11月24日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみませんか？

出典:学校給食 2026年10月号

食べ物の命をいただいています！



わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいているものばかりです。また、生産者や料理を作ってくれた人たちなど、さまざまな人びとの手を経ることで、毎日の食卓に並んでいます。食事をする時には、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。
そして、苦手な食べ物がある場合には一口でも挑戦して、できるだけ食べるように努力してみましょう。

引用:給食＆食育だよりセレクトブック

給食だよりのカラー版は、立川市のホームページに掲載しています。
右の二次元コードから、どうぞご覧ください➡➡➡